



Menekşe CÖMERT¹

GENÇLERİN FAST FOOD TÜKETİM ALIŞKANLIKLARI

Özet

Bu çalışma, turizm öğrencilerinin fast food tüketim alışkanlıklarını tespit etmek amacıyla düzenlenmiştir. Yaşları 17-29 arası değişen 400 üniversite öğrencisi araştırma kapsamına alınmıştır. Araştırma Gazi Üniversitesi Turizm Fakültesi öğrencilerine anket tekniği kullanılarak uygulanmıştır. Anket formu; demografik bilgileri ve gençlerin fast food yiyeceklerin tüketimi ile ilgili düşüncelerini belirlemek amacıyla hazırlanan sorulardan oluşmaktadır. Araştırmanın verileri SPSS 17.0 İstatistik paket programına aktararak analiz edilmiştir. Araştırma sonucunda gençlerin %63.5'i fast food yiyecekleri tükettiklerini ve %59.5'inin hızlı olması sebebiyle bu yiyecekleri tükettiklerini belirtmişlerdir. Bu nedenle, sağlıklı ve bilinçli genç nesiller için ilköğretim çağından başlayarak önlemlerin alınması gerekmektedir.

Anahtar Kelimeler: Gençler, Fast-Food, Beslenme Alışkanlıkları

HABITS OF YOUNG PEOPLE AS CONSUMERS OF FAST FOOD

Abstract

This study was prepared and conducted for identifying youth people's opinion of fast food. 400 University students whose ages range between 17 and 29 were taken into account. Questionnaire form consisted of demographical information and young people's opinion about fast food. The data from the research has been analyzed using SPSS 17.0 statistical software. The research results show that 63.5% of young people consume fast food and 59.5% of people consume because it is fast to consume these food. Therefore, it is necessary to take counter measures from elementary school ages onwards to grow healthy and knowing young generations.

Keywords: Youth, Fast-Food, Eating Habituals

¹ Dr., Gazi Üniversitesi, Gastronomi ve Mutfak Sanatları, meneksecomert@gazi.edu.tr

GİRİŞ

Beslenme insanların var olmasıyla başlayıp günümüzde de üzerinde önemle durulan konuların başında gelmektedir. Beslenme, büyüme ve gelişmeyi sağlamak, sağlıklı ve verimli uzun süre yaşamak için, vücudun gereksinim duyduğu besin öğelerinin vücuda alınması ve kullanılmasıdır (Bulduk, 2005,s.1-2). Sağlıklı beslenme için bireyin yaşı, cinsiyeti ve fizyolojik durumu göz önünde bulundurularak ihtiyacı olan tüm besin öğelerinin yeterli miktarda alımıyla sağlanmalıdır (Saygın ve diğ.,2011,s.44). İnsan sağlığı; beslenme, kalıtım, iklim ve çevre koşulları gibi birçok etmenin etkisi altındadır ve bu etmenlerin başında ise beslenme gelmektedir(Düreyt,2000).

Toplumsal değişme ve kentleşme süreciyle birlikte beslenme davranışlarında da değişimler olmaktadır. Teknolojik gelişmeler, tarım toplumundan sanayi toplumuna geçiş, insanların birçoğunun ev dışında ve başkaları tarafından hazırlanmış besinlerle beslenmesine yol açmıştır. İletişim araçlarındaki hızlı gelişme, sanayileşmiş Batı kültürü, yiyecek alışkanlıklarının özellikle gençler arasında hızla yaygınlaşmasında etkili olmaktadır(Bulduk, 2005,s.4).

Ülkemizde de fast food yiyeceklerin özellikle gençler arasında çok popüler olduğu görülmektedir. Bu beslenme tarzını seçen gençlerin büyüme ve gelişme gereksinimini yeterince karşılayamadıkları ve sağlıklarının olumsuz yönde etilediği bilinmektedir. Ülkemiz açısından da yetersiz ve dengesiz beslenme büyük bir toplumsal sorundur. Bir ülkenin en önemli kaynağı sağlıklı, üretken ve yetenekli insan gücüdür. Bu açıdan geleceğin insan gücü olan gençlerin beslenmesinin yeterli olması ve vücut gereksinimine uygun olması önemlidir (Bulduk,2005,s.2; Orak, Akgün ve Orhan, 2006,s.6; Vançelik, Önal, Güraksın, Beyhun,2007,s.242).

Yapılan bazı çalışmalarda, üniversite öğrencilerinin yeterli ve dengeli beslenemediklerini sonucu ortaya konulmuştur (Sağlam ve Yurttakül, 1987; Tokgöz vd. 1995). Bunun sebebi olarak ise; beslenme bilgisinin yetersizliği ve ağır ekonomik şartların gençleri fast food tüketime yönelttiği şeklinde düşünülmektedir(Vançelik, Önal, Güraksın, Beyhun,2007).

YÖNTEM

Çalışma, yaşları 17-29 arası değişen 220 erkek, 180 kız toplam 400 birey üzerinde yapılmıştır. Verilerin toplanmasında anket tekniği kullanılmıştır. Hazırlanan soru formu; gençlerin demografik bilgilerini ve gençlerin fast food yiyeceklerin tüketimi ilgili ilgili düşüncelerini içeren sorulardan oluşmaktadır. Çalışma Gazi Üniversitesi Turizm Fakültesinde eğitim gören öğrencilere uygulanmıştır. Verilerin toplandığı günlerde okula gelmeyen öğrenciler araştırmaya dahil edilememiştir. Toplanan veriler SPSS 17.0 paket programında değerlendirilmiş ve analiz edilmiştir. Bu program ile mutlak ve yüzde değerleri, bazı soruların alt ve üst değerleri ile aritmetik ortalamaları alınmıştır.

BULGULAR

Araştırmaya katılan öğrencilerin demografik özelliklerine ait bulgular Tablo 1’de verilmektedir. Çalışmaya katılan öğrencilerin %45.0’i kadın, %55.0 ise erkeklerden oluşmaktadır. Öğrencilerin yaşlarının ağırlıklı olarak 21-24 yaş aralığında olduğu görülmektedir (%64.8). Öğrencilerin %43.0’ünün aylık gelir durumunun 500-699 TL. aralığında görülürken, %12.0’sinin ise 1000 TL ve üzerinde gelirleri olduğu anlaşılmaktadır.

Tablo 1. Demografik Özellikler

	n	%
Cinsiyet		
Erkek	220	55.0
Kadın	180	45.0
Yaş Grubu		
17-20	84	21.0
21-24	259	64.8
25-28	39	9.8
29-+	18	4.5
Aylık Gelir Durumu		
300-499	74	18.5
500-699	172	43.0
700-999	106	26.5
1000-+	47	12.0

Araştırmaya katılan öğrencilerin fast food tüketim durumu Tablo 2’de verilmektedir. Öğrencilerin %63.5’i fast food tüketirken, %7.3’ünün ise tüketmediği, %29.3’ünün ise bazen tükettiği görülmektedir. Bu sonuçlar gençlerin büyük çoğunluğunun fast food tüketimi tercih ettiğini göstermektedir.

Tablo 2. Fast Food Tüketimi

Fast Food Tüketimi	Frekans(n)	Yüzde(%)
Evet	254	63.5
Hayır	29	7.3
Bazen	117	29.3
Toplam	400	100.0

Fast food tüketim nedenleri Tablo 3’de verilmektedir. Öğrencilerin fast food tüketim nedenleri arasında ilk sırada hızlı olması gelmektedir(%59.5). Öğrencilerin %18.32’ü ekonomik olması, %16.5’i ise lezzetli olması nedeniyle tüketmektedir. Öğrencilerin kısıtlı zamana sahip olmalarından dolayı öncelikle fast food tüketime yöneldikleri görülmektedir.

Tablo 3. Fast Food Tüketim Nedenleri

Fast Food Tüketim Nedeni	Frekans(n)	Yüzde(%)
Ekonomik olması	73	18.3
Sağlıklı olması	10	2.5
Lezzetli olması	66	16.5
Hızlı olması	238	59.5
Popüler olması	9	2.3
Güvenli olması	4	1.0
Toplam	400	100.0

Fast food tüketimi yapılan öğün ile ilgili bulgular Tablo 4’de verilmektedir. Araştırmaya katılan gençlerin fast food tüketimi en çok (%49.3) öğle öğününde tükettikleri görülmektedir. Bu sonuç bizlere gün boyunca öğrencilerin okulda olmalarından ve kısıtlı zamandan dolayı bu tip yiyecekleri yöneldiklerini göstermektedir. Benzer şekilde %42.5’i akşam öğününde tüketmektedir. Bu durum da öğrencilerin aile yanında kalmamaları yurt ve kendilerine ait evlerde kalmalarından dolayı yine hızlı yiyecekleri tercih ettiği sonucunu ortaya çıkarmaktadır.

Tablo 4. Fast Food Tüketilen Öğün

Tüketim Yapılan Öğün	Frekans(n)	Yüzde(%)
Sabah	10	2.5
Öğle	197	49.3
Akşam	170	42.5
Gece	22	5.5
Toplam	400	100.0

Fast Food olarak tüketilen yiyecekler Tablo 5’de verilmektedir. Araştırmaya katılan öğrencilerin en çok tükettikleri yiyeceklerin %33.5 hamburger, %30.3 pizza olduğu görülmektedir. Tost ve sandviç gibi yiyecekleri ise daha az tükettikleri anlaşılmaktadır. Bu durumun genellikle öğlen ve akşam öğünü olarak tercih etmelerinden dolayı olduğu düşünülmektedir. Ayrıca bu yiyecekler gençler arasında fast food olarak en popüler yiyecekler olarak da düşünülmektedir.

Tablo 5. Fast Food Olarak Tüketilen Yiyecekler

Yiyecekler	Frekans(n)	Yüzde(%)
Hamburger	134	33.5
Pizza	121	30.3
Sandviç	70	17.5
Tost	57	14.3
Diğer	18	4.5
Toplam	400	100.0

SONUÇ

Çalışmaya katılan öğrencilerin %45.0'i kadın, %55.0 ise erkek öğrencilerden oluşmaktadır. Öğrencilerin çoğunluğunun yaşlarının ise 21-24 yaş aralığında olduğu görülmektedir (%64.8). Öğrencilerin %43.0'ünün aylık gelir durumunun 500-699 TL aralığında olduğu anlaşılmaktadır. Araştırma sonucunda gençlerin %63.5'i fast food yiyecekleri tükettiklerini ve tercih sebebi olarak ise %59.5'inin hızlı olması sebebiyle bu yiyecekleri tükettiklerini belirtmişlerdir. Ayrıca bu yiyecekleri gençlerin %49.3'ü öğle öğününde, %42.5'i ise akşam öğününde tüketmektedir. Gençler arasında en çok tercih edilen yiyeceklerin ise hamburger(%33.5)ve pizza(%30.3) olduğu anlaşılmaktadır. Araştırma sonucunda gençlerin çoğunluğunun fast food yiyecekleri tüketmeyi tercih ettiği görülmektedir. Bu tip beslenme tarzı gençlerin büyüme ve gelişme gereksinimini yeterince karşılayamamalarına sebep olmaktadır. Ayrıca sağlıklarını da olumsuz yönde etkilemektedir. Bu sebeple gençlerin fast food tüketimin olumsuz özellikleri hakkında bilgilendirilmesi ve bu tüketimin azaltılması gerekmektedir. Bilinçlendirmenin ilköğretim okullarından başlanarak eğitimin her aşamasında gerek ders programları çerçevesinde gerekse düzenlenecek bilinçlendirme kampanyaları ile yapılması sağlanmalıdır. Bu kapsamda Türk Mutfağının yararları da öğrencilere anlatılmalı ve öğrencilerin iki yiyecek grubunun vücuda olan faydaları ve zararlarını ayırt etmesi sağlanmalıdır. Gençlerin genellikle zaman azlığından dolayı fast food yiyeceklerle yöneldikleri düşünülürse buna yönelik önlemler alınmalıdır. Türk Mutfağındaki çabuk hazırlanılacak yiyeceklerin okul kantinlerinde, yurtlarda ve okul çevresindeki yiyecek içecek işletmelerinde daha fazla bulundurulmalıdır. Yapılacak olan bu uygulamalar bilinçli nesilleri ortaya çıkaracak ve böylece daha sağlıklı, bilinçli bir insan gücü ortaya çıkacaktır.

KAYNAKLAR

- BULDUK,S.(2005). Beslenme İlkeleri ve Menü Planlama, Detay Yayıncılık, Ankara.
- DÜREYT Z. (2000). Sporcuların Beslenme Alışkanlıkları, Uludağ Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü Yüksek Lisans Tezi, Bursa.
- ORAK, S., Akgün, S., Orhan, H.(2006). Süleyman Demirel Üniversitesi Öğrencilerinin Beslenme Alışkanlıklarının Araştırılması, S.D.Ü. Tıp Fak. Dergisi,13(2): 5-11
- SAĞLAM F, Yurttagül M. (1987).Yükseköğrenime Devam Eden Kız Öğrencilerin Başarı ve Beslenme Durumları Arasındaki İlişki. Beslenme ve Diyet Dergisi, 16:17-24.
- SAYGIN,M., Öngel, K., Çalışkan, S., Yağlı, M.A, Has, M., Gonca,T., Kurt, Y.(2011). Süleyman Demirel Üniversitesi Öğrencilerinin Beslenme Alışkanlıkları, S.D.Ü. Tıp Fak. Dergisi,18(2):43-47.
- TOKGÖZ P, Ertem M, Çelik F, Gökçe Ş, Saka G, Hatunoğlu R. (1995). Üniversite Öğrencilerinin Beslenme Alışkanlıklarının Saptanmasına İlişkin Bir Araştırma, Beslenme ve Diyet Dergisi 24(2):229-238.
- VANÇELİK, S. Önal, S.G., Güraksın, A. , Beyhun, E.(2007). Üniversite Öğrencilerinin Beslenme Bilgi ve Alışkanlıkları ile İlişkili Faktörler, TSK Koruyucu Hekimlik Bülteni, 6 (4), 242-248.